




MENÚ ESCOLAR MARTA MATA - sense porc

| Dilluns | Dimarts | Dimecres | Dijous | Divendres |
|---|--|---|--|---|
| | 01 | 02 | 03 | 04 |
| | Crema de pastanaga, ceba i patata Pollastre al planxa amb amanit de tomàquet ECO i olives Iogurt La Fageda | Espaguetis integrals amb tomàquet i ceba Lluç forn amb amanida d'enciam ECO i tomàquet Pa Integral Fruita | Amanida d'enciam, pastanaga, i tonyina Arròs a la cassola de verdures amb tomàquet i ceba Pa Integral Fruita | Patata pastanaga i mongeta tendra amb oli d'oliva Calamars a l'andalusa amb enciam i olives Fruita ECO |
| 07 | 08 | 09 | 10 | 11 |
| FESTIU | FESTIU | Espirals amb ceba, carbassó, xampinyons i pebrot vermell saltejat Bacallà al forn amb enciam ECO i escarola Pa Integral Iogurt La Fageda | Mongeta del ganxet ECO i patates amb un rajolí d'oli d'oliva Truita de carbassó i ceba amb tomàquet i pastanaga Fruita ECO | Crema de verdures variades Hamburguesa vegetal amb patates fregides Fruita |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| Espaguetis integrals amb tomàquet i ceba Lluç al forn amb enciam ECO, escarola i olives Pa Integral Fruita ECO | Crema de pastanaga, carbassa i ceba Bunyols de bacallà amb tomàquet i ceba i carxofes Fruita | Estofat de cigrons ECO amb patata Truita francesa amb tomàquet i tonyina Fruita ECO | Mongeta tendra i patates amb un rajolí d'oli d'oliva Maire arrebossada amb enciam ECO i pastanaga Fruita | MENÚ DE NADAL  Amanida catalana Rostit de pollastre amb prunes i pinyons Iogurt ECO |
| 21 | 22 | 23 | 4 | 25 |
| Arròs amb tomata Bacallà al forn amb rodelles de tomàquet Fruita | | | | |

Totes les verdures són **ecològiques**, tallades i manipulades a la cuina de l'escola.

El peix fresc serà blau, sempre que el proveïdor ho pugui subministrar.

Revisat per la dietista Cristina Planella i Farrugia, educació en nutrició, salut i exercici físic.

Servei d'acollida i menjador telf. 685 960 431